

**HUBUNGAN TINGKAT STRES, PERILAKU *EMOTIONAL EATING*, DAN
ASUPAN NUTRISI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA
PUTRI JURUSAN TATA BUSANA DI SMKN 8 SURABAYA**

SKRIPSI



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

Amalia Firda Salsabila

11030222002

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
2026**

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Amalia Firda Salsabila

NIM : 11030222002

Program Studi : Gizi

Angkatan : 2022

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul "**HUBUNGAN TINGKAT STRES, PERILAKU *EMOTIONAL EATING*, DAN ASUPAN NUTRISI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI JURUSAN TATA BUSANA DI SMKN 8 SURABAYA**", Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi yang ditetapkan.

Demikian pernyataan keaslian ini saya buat dengan sebenar-benarnya

Surabaya, 9 Maret 2026



Amalia Firda Salsabila
11030222002

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT STRES, PERILAKU *EMOTIONAL EATING*, DAN
ASUPAN NUTRISI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA
PUTRI JURUSAN TATA BUSANA DI SMKN 8 SURABAYA**

Oleh:

Amalia Firda Salsabila

11030222002

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Seminar
Hasil Skripsi

Surabaya, 9 Maret 2026

Dosen Pembimbing 1



Sarita Oktorina, M.Kes
NIP. 198710052014032003

Dosen Pembimbing 2



Nova Lusiana, M. Keb
NIP. 198111022014032001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT STRES, PERILAKU *EMOTIONAL EATING*, DAN
ASUPAN NUTRISI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA
PUTRI JURUSAN TATA BUSANA DI SMKN 8 SURABAYA**

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi Amalia Firda Salsabila ini telah
dipertahankan di depan tim
penguji skripsi
di Surabaya, 13 Maret 2026

Mengesahkan,
Dewan Penguji

Penguji I



Sarita Oktorina, M.Kes
NIP. 198710052014032003

Penguji II



Nova Lusiana, M. Keb
NIP. 198111022014032001

Penguji III



Dedy Suprayogi, S.KM, M.KL
NIP. 198512112014031002

Penguji IV



Irul Hidayati, M.Kes
NIP. 198102282014032001



Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Sunan Ampel Surabaya

Dr. Phil. Khoirun Niam
NIP. 197007251996031004

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Amalia Firda Salsabila
NIM : 11030222002
Fakultas/Jurusan : psikologi dan kesehatan / gizi
E-mail address : amaliafirdasalsabila3@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Hubungan Tingkat Stres, Perilaku Emotional Eating, Dan Asupan Nutrisi Dengan Kejadian
Anemia Pada Remaja Putri Jurusan Tata Busana Di Smkn 8 Surabaya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 30 April 2026

Penulis



(amalia firda salsabila)

ABSTRAK

Anemia masih menjadi masalah kesehatan yang sering dialami remaja putri dan dapat menyebabkan kelelahan, menurunnya konsentrasi, serta berkurangnya semangat belajar. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh faktor psikologis dan pola makan, khususnya kecukupan zat besi dan vitamin C yang berperan dalam pembentukan hemoglobin. Stres pada remaja umumnya muncul akibat tuntutan akademik, tekanan sosial, serta perubahan fisik dan emosional pada masa pertumbuhan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres, *emotional eating*, serta asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri jurusan Tata Busana di SMKN 8 Surabaya. Penelitian menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel berjumlah 65 siswi yang dipilih melalui *simple random sampling* dari 193 populasi. Tingkat stres diukur menggunakan kuesioner DASS 42, *emotional eating* dinilai dengan kuesioner AEBQ, asupan zat besi dan vitamin C diperoleh melalui SQ-FFQ, dan kadar hemoglobin diperiksa menggunakan alat *Easy Touch* GCHb metode POCT. Hasil uji *chi-square* menunjukkan tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dengan anemia ($p = 0,135$) maupun *emotional eating* dengan anemia ($p = 0,339$). Sebaliknya, terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia. Asupan zat besi menunjukkan hubungan sangat kuat ($p < 0,001$; Cramer's $V = 0,905$), sedangkan vitamin C menunjukkan hubungan kuat ($p < 0,001$; Cramer's $V = 0,740$). Dapat disimpulkan bahwa kejadian anemia lebih berkaitan dengan kecukupan zat besi dan vitamin C dibandingkan faktor stres dan *emotional eating*.

Kata kunci: anemia, *emotional eating*, tingkat stres, vitamin C, zat besi

ABSTRACT

Anemia remains a common health problem among adolescent girls and may cause fatigue, decreased concentration, and reduced learning motivation. This condition can be influenced by psychological factors and dietary patterns, particularly the adequacy of iron and vitamin C intake, which play an important role in hemoglobin formation. Stress in adolescents generally arises from academic demands, social pressure, and physical as well as emotional changes during growth. This study aimed to analyze the relationship between stress level, emotional eating, and iron and vitamin C intake with the incidence of anemia among female students of the Fashion Design Department at SMKN 8 Surabaya. This research employed an observational analytic design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 65 students selected through simple random sampling from a population of 193 students. Stress levels were measured using the DASS-42 questionnaire, emotional eating was assessed using the AEBQ questionnaire, iron and vitamin C intake were obtained through the SQ-FFQ method, and hemoglobin levels were examined using the Easy Touch GCHb device with the POCT method. The chi-square test results showed no significant relationship between stress level and anemia ($p = 0.135$) nor between emotional eating and anemia ($p = 0.339$). However, there was a significant relationship between iron and vitamin C intake and the incidence of anemia. Iron intake showed a very strong association ($p < 0.001$; Cramer's $V = 0.905$), while vitamin C intake showed a strong association ($p < 0.001$; Cramer's $V = 0.740$). It can be concluded that anemia is more closely related to the adequacy of iron and vitamin C intake than to stress level and emotional eating factors.

Keywords: anemia, emotional eating, iron, stress level, vitamin C.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
A. Landasan Teori	12
1. Remaja.....	12
2. Anemia	14
3. Stres	21
4. <i>Emotional Eating</i>	30
5. Asupan nutrisi	35
B. Kerangka Teori.....	42
C. Kerangka Konsep	47
D. Hipotesis Penelitian	47
BAB III METODE PENELITIAN.....	49
A. Desain Penelitian	49
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	49
C. Populasi dan Sampel.....	50
D. Variabel Penelitian	52
E. Definisi Operasional	53
F. Prosedur Penelitian	55
G. Analisis Data.....	63
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	66
A. Hasil	66
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	66
2. Karakteristik Responden.....	67
3. Analisis Univariat	69
4. Analisis Bivariat	72
B. Pembahasan.....	78

1. Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Anemia.....	78
---	----



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

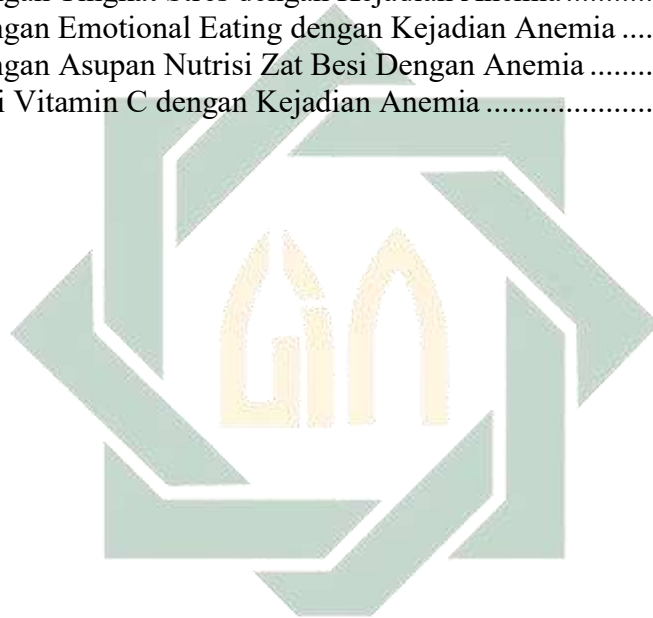
2. Hubungan <i>Emotional Eating</i> Dengan Kejadian Anemia.....	82
3. Hubungan Asupan Nutrisi Dengan Kejadian Anemia.....	85
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	91
A. Kesimpulan.....	91
B. Saran.....	92
DAFTAR PUSTAKA.....	93
LAMPIRAN	106
RIWAYAT HIDUP.....	136



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2. 1 Ambang Batas Anemia	15
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	53
Tabel 3. 2 Skala Kuesioner DASS	62
Tabel 3. 3 Kategori Tingkat Stres	62
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Kelas.....	68
Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Status Anemia, Tingkat Stres, Emotional Eating, Serta Asupan Zat Besi Dan Vitamin C.	70
Tabel 4. 3 Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Anemia.....	73
Tabel 4. 4 Hubungan Emotional Eating dengan Kejadian Anemia	74
Tabel 4. 5 Hubungan Asupan Nutrisi Zat Besi Dengan Anemia	76
Tabel 4. 6 Nutrisi Vitamin C dengan Kejadian Anemia	77



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	46
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep	47
Gambar 3. 1 <i>Easy Touch GcHb</i>	56



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan	107
Lampiran 2 Kuesioner DASS 42.....	108
Lampiran 3 Kuesioner (AEBQ)	110
Lampiran 4 Kuesioner SQ- FFQ	111
Lampiran 5 Hasil Uji Statistik.....	117
Lampiran 6 <i>Ethical Clearence</i>	120
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian.....	121
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian.....	122
Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian.....	123
Lampiran 10. Media Penelitian.....	124
Lampiran 11. Master Data.....	125
Lampiran 12. <i>Informed Consent</i>	132
Lampiran 13. Hasil Kuesioner	133



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Ade, A., & Fernanda, C. (2020). *Strategi Adaptasi Siswa Perempuan Di Smk Kal 1 Surabaya Oksiana Jatiningsih Abstrak*. 1304025409.
- Agustina, N. Laras. (2020). Kebijakan Strategis Ketahanan Pangan & Gizi., 1–9.
- Aini, H. N., & Safitri, D. E. (2021). *Pengaruh Kombinasi Vitamin C Pada Suplementasi Zat Besi Terhadap Kadar Hemoglobin : Meta-Analisis*. 5(2), 115–124. <https://doi.org/10.21580/Ns.2021.5.2.6683>
- Akhriani, M., Nurhayati, A., Billah, M. M., Kurniawati, M., & Muharammah, A. (2025). *Ensiklopedia Of Journal Prilaku Makan External Dan Restrained Eating Berhubungan Dengan Total Persen Lemak Pada Remaja*. 7(2), 196–201.
- Amalia, S. H., Angraini, D. I., Mayasari, D., Rukmi, R., Perdani, W., Kedokteran, F., Lampung, U., Ilmu, B., Komunitas, K., Ilmu, B., & Anak, K. (2024). *Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Menarche Dini Pada Remaja Perempuan Factors Influencing Early Menarche In Adolescent Girls*. 14, 2236–2248.
- Amalia, Sutrisminah, & Astuti. (2023). Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri : Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia(Mppki)*, 6(9), 1715–1720. <https://doi.org/10.56338/Mppki.V6i9.3614>
- Anandita Dewi, N. M. G., Satiadarma, M. P., & Wijaya, E. (2023). Emotional Eating Sebagai Strategi Koping Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Jakarta. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 7(1), 72–79. <https://doi.org/10.24912/Jmishumsen.V7i1.22053.2023>
- Anifah, F. (2020). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri*.
- Apriliani, I. M., Purba, N. P., Dewanti, L. P., Herawati, H., & Faizal, I. (2021). Determinan Gejala Anemia Pada Remaja Putri Open. *Citizen-Based Marine Debris Collection Training: Study Case In Pangandaran*, 2(1), 56–61.
- Ariana, R., & Alam Fajar, N. (2024). Analisis Faktor Risiko Kejadian Anemia Pada Remaja Putri: Literatur Review. *Jurnal Kesehatan Komunitas (JournalOfCommunityhealth)*, 10(1), 133–140. <https://doi.org/10.25311/Keskom.Vol10.Iss1>.

- Arviyanda, R., Fernandito, E., & Landung, P. (2023). Data Sekunder. *Jurnal Harmoni Nusa Bangsa*, 1(1), 67.
- Astuti, E. R. (2023). *Literature Review : Faktor-Faktor Penyebab Anemia Pada Remaja Putri Literature Review : Factors Causes Anemia In*. 550–561.
- Auliannisaa, A., & Wirjatmadi, B. (2023). Hubungan Emotional Eating Dan Pola Konsumsi Makan Dengan Obesitas Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 212–218.
<https://doi.org/10.20473/Mgk.V12i1.2023.212-218>
- Aulya, Y., Siauta, J. A., & Nizmadilla, Y. (2022). Analisis Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(4), 1377–1386.
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/jppp>
- Ayuningtyas, I. N., Tsani, A. F. A., Candra, A., & Dieny, F. F. (2022). Analisis Asupan Zat Besi Heme Dan Non Heme, Vitamin B12 Dan Folat Serta Asupan Enhancer Dan Inhibitor Zat Besi Berdasarkan Status Anemia Pada Santriwati. *Journal Of Nutrition College*, 11(2), 171–181.
<https://doi.org/10.14710/Jnc.V11i2.32197>
- Azizah, N., & Nisak, A. Z. (2018). *The 8 Th University Research Colloquium 2018 Universitas Muhammadiyah Purwokerto Pengalaman Perubahan Psikis Dan Perubahan Fisik Pada Experience Of Psychical And Physical Changes In The 8 Th University Research Colloquium 2018 Universitas Muhammadiyah Purwokerto*. 184–188.
- Az-Zahra, Kumalasari, & Amin. (2025). Deteksi Dini Anemia Berdasarkan Tanda Gejala Dan Pemeriksaan Hb Pada Remaja Putri Di Smpn 18 Palembang. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 5(3), 01–14.
<https://doi.org/10.55606/Jrik.V5i3.5514>
- Bella Regita Az-Zahra, Intan Kumalasari, & Maliha Amin. (2025). Deteksi Dini Anemia Berdasarkan Tanda Gejala Dan Pemeriksaan Hb Pada Remaja Putri Di Smpn 18 Palembang. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 5(3), 01–14. <https://doi.org/10.55606/Jrik.V5i3.5514>
- Bruch, H. (1964). Psychological Aspects Of Overeating And Obesity. *Psychosomatics*, 5(5), 269–274.
- Bruch. (1973). *Cognitive-Behavioral Theories Of*. 28(6), 711–738.
<https://doi.org/10.1177/0145445503259853>
- Budi, S., & Sciences, M. (2020). *Proceeding 1 St Setiabudi – Cihams 2020 Gambaran Klinis Dan Faktor Risiko Penderita Kanker Nasofaring*.

- Camaschella, C., Nai, A., & Silvestri, L. (2020). Iron Metabolism And Iron Disorders Revisited In The Hepcidin Era. *Haematologica*, 105(2), 260–272. <https://doi.org/10.3324/Haematol.2019.232124>
- Chitekwe, S., Torlesse, H., & Aguayo, V. M. (2022). Nutrition In Nepal: Three Decades Of Commitment To Children And Women. *Maternal And Child Nutrition*, 18(S1), 1–8. <https://doi.org/10.1111/Mcn.13229>
- Cia, A., Aannisa, Sholeha Nur, & Hawon. (2021). *Asupan Zat Besi Dan Prevalensi Anemia Pada Remaja Usia 16-18 Tahun* Article History : Accepted 20 April 2021 Address : Available Online 25 April 2021 Email : Phone : 04(02), 144–150.
- Conejero, A. M., & García, M. A. (2023). *Analytical Observational Studies*. Dahlan. (2025). *Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta Analysis Of Stress-Related Factors In Student Of The Faculty Of Public Health , University Of Muhammadiyah Jakarta*. 89–96.
- Dakanalis, A., Mentzelou, M., Papadopoulou, S. K., Papandreou, D., Spanoudaki, M., Vasios, G. K., Pavlidou, E., Mantzourou, M., & Giaginis, C. (2023). *Depression , Anxiety / Stress , And Dietary Patterns : A Review Of The Current Clinical Evidence*. 1–18.
- Dita, V., Putri, K., & Anisah, L. (2024). *Hubungan Stres Akademik Dan Regulasi Emosi Dengan Perilaku Emotional Eating Pada Siswa Sma*. 10, 257–266. <https://doi.org/10.31602/Jbkr>
- Donanti, E., Nsgs, K., Purnamasari, E., Arifandi, F., & Kunci, K. (2025). *Hubungan Antara Pola Makan Dengan Prevalensi Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Medong Kabupaten Pandeglang Banten* The Relationship Between Eating Pattern And The Prevalence Of Anemia In Adolescence Girls In Medong Village , Pandeglang Regency , Banten. 3(4).
- Doriza, S., Andini, S. P., Nugraheni, P. L., Keluarga, P. K., Teknik, F., Jakarta, U. N., & Muka, J. R. (2022). *Stres Remaja Pada Pendidikan Dan Hubungannya Dengan Analisis Status Sosial Ekonomi*. 34(2), 119–140.
- Dumar, B. (2024). *Body Image Negatif Berdampak Pada Kecemasan Remaja Putri Di Masa Pubertas: Literature Riview*. 4(2), 58–67.
- El, A., Sadia, Z., Shimaa, S., Dalal, A., Almaha, J., & Nora, A. (2025). *The Relationship Between Perceived Stress And Emotional Eating Among University Students In Saudi Arabia*.
- Endrinikapoulus, A. (2020). *Pengaruh Suplementasi Zat Besi Terhadap Fungsi Kognitif Lansia*. 9, 134–146.
- Erniati, Murlan, & Darmin. (2024). *Hubungan Asupan Energi, Karbohidrat,*

- Protein Dan Lemak Terhadap Status Gizi Atlet Di Sma Negeri Keberbakatan Olahraga Bahteramas Kota Kendari. *Jurnal Penelitian Sains Dan Kesehatan Avicenna*, 3(2), 109–115. <https://doi.org/10.69677/Avicenna.V3i2.79>
- Fiqih, A., & Ratnawati, V. (2022). *Mengurai Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir : Faktor Pemicu , Dampak Dan Strategi Pengelolaan Di Universitas Nusantara Pgri Kediri*. 755–765.
- Firdaus, W., & Marsudi, M. S. (2021). Konseling Remaja Yang Kecanduan Gadget Melalui Terapi Kognitif Behavior. *Studia: Jurnal Hasil Penelitian Mahasiswa*, 6(1), 15–24. <https://doi.org/10.32923/Stu.V6i1.1980>
- Ghania, S., & Prihatsanti, U. (2025). *Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Indonesia : Studi Literatur*. 14, 265–273.
- Gibson Rs. (2005). *Principles Of Nutritional Assessment*. Ed Ke-2. New York: Oxford University Press.
- Gita, A., Sekarini, A., Fitranti, D. Y., Tsani, A. F. A., & Noer, E. R. (2022). *Hubungan Emotional Eating Dan Kualitas Diet Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Mahasiswi Saat Pandemi Covid-19 Association Of Emotional Eating And Diet Quality With Body Weight Gain In Female College Students During The Covid-19 Pandemic*. 6(3). <https://doi.org/10.20473/Amnt.V6i3.2022.272-280>
- Hakim, M. A., & Aristawati, N. V. (2023). Mengukur Depresi, Kecemasan, Dan Stres Pada Kelompok Dewasa Awal Di Indonesia: Uji Validitas Dan Reliabilitas Konstruk Dass-21. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 10(2), 232–250. <https://doi.org/10.24854/Jpu553>
- Handayani, I. F., & Sugiarsih, U. (2022). Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smp Budi Mulia Kabupaten Karawang Tahun 2018. *Muhammadiyah Journal Of Midwifery*, 2(2), 76. <https://doi.org/10.24853/Myjm.2.2.76-89>
- Hariyanto, N., Fatimawati, I., Hastuti, P., Budiarti, A., & Poddar, S. (2022). Relationship Between Diet Patterns And The Incidence Of Anemia Among Adolescent Girls At Sma Giki 1 Surabaya. *Malaysian Journal Of Nursing*, 14(2), 14–19. <https://doi.org/10.31674/Mjn.2022.V14i02.003>
- Hartanti, A., Harwati, R., Studi, P., Kebidanan, S., Studi, P., Kebidanan, S., Studi, P., & Kebidanan, S. (2024). *Hubungan Pengetahuan Tentang Nutrisi Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Kelas Vii Di Smp N 3*. 01(02), 134–145.

- Hartoyo, A. P. A. (2025). *Literature Review: Stres, Determinan Psikoneuroendokrin Pada, Akademik Makan, Perilaku*.
- Haslan, H., & Sains, I. (2021). *Pengaruh Stress Akibat Belajar Dari Rumah (Bdr) Dan Pola Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri*. 15(3), 244–250.
- Haura, B., Amanda, R., & Utami, N. P. (2025). *Hubungan Status Anemia , Status Gizi , Dan Faktor Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Universitas Ahmad Dahlan The Relationship Between Anemia Status , Nutritional Status , And Stress With The Menstrual Cycle In Adolescent Girls At The Fac*. 10(1), 11–21. <https://doi.org/10.22236/Argipa.V10i1.17416>
- Herdiani, F. D. (2021). *Penerapan Oracle Enterprise Architecture Development (Oadp) Dalam Perancangan Arsitektur Sistem Informasi Manajemen Aset Properti: Studi Kasus Pt. Pos Properti Indonesia*. *Jurnal Ilmiah Ilmu Terapan Universitas Jambi*, 5(1), 31–38. <https://doi.org/10.22437/Jiituj.V5i1.12886>
- Hita, Oryza Permata, Sudargo, T., & Trilusiana, N. (2022). *Hubungan Mindful Eating Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Anemia Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Krapyak Kabupaten Bantul Oryza Permata Hita, Dr. Toto Sudargo, Skm., M.Kes; Dra. Neni Trilusiana Rahmawati, M.Kes, Ph.D*. 427077.
- Hunot, C., Fildes, A., Croker, H., Llewellyn, C. H., Wardle, J., & Beeken, R. J. (2016). *Adult Eating Behaviour Questionnaire (Aebq)* [Database Record]. Apa PsycTests. <https://doi.org/10.1037/T55212-000>
- Hukum, S. D., Alam, R. I., & K, E. P. K. (2021). *Faktor Internal Dan Eksternal Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Keperawatan Ilmu Keperawatan , Fakultas Kesehatan Masyarakat , Universitas Muslim Indonesia Article History : 02(02)*, 178–185.
- I-Namhs. (2022). *I-Namhs: Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey I*.
- Iranti, T. P., & Sari, A. E. (2023). *Hubungan Tingkat Stres Dan Frekuensi Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Di Kabupaten Bekasi*. *Jpp (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 18(1), 36–42. <https://doi.org/10.36086/Jpp.V18i1.1526>
- Irzanti, A. F., Husodo, B. T., & Kusumawati, A. (2023). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Emotional Eating Pada Mahasiswa Di Semarang*. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 22(6), 364–372. <https://doi.org/10.14710/Mkmi.22.6.364-372>

- Izzara, W. A., Yulastri, A., Erianti, Z., Putri, M. Y., & Yuliana, Y. (2023). Penyebab, Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri (Studi Literatur). *Jurnal Multidisiplin West Science*, 2(12), 1051–1064. <https://doi.org/10.58812/Jmws.V2i12.817>
- Junita, D., & Wulansari, A. (2021). Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Di Sma N 12 Kabupaten Merangin. *Jurnal Abdimas Kesehatan (Jak)*, 3(1), 41. <https://doi.org/10.36565/Jak.V3i1.148>
- Kemenkes. (2023). *616.152 Ind B Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri*.
- Kemenkes Ri. (2019). Angka Kecukupan Gizi Masyarakat Indonesia. *Permenkes Nomor 28 Tahun 2019, Nomor 65(879)*, 2004–2006.
- Kemenkes Ri. (2020). Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (Ttd) Bagi Ibu Hamil. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 24. https://promkes.kemkes.go.id/pub/files/files99516ttdd_bumil_ok2.pdf
- Kemenkes Ri. (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (Ssgi) 2022. *Kemenkes*, 1–150.
- Khaerunnisa, A. T., Hidayanti, H., Salam, A., & Hasan, N. (2025). Hubungan Tingkat Stres Dengan Perilaku Emotional Eating Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Sarjana Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hsnuddin. *The Journal Of Indonesian Community Nutrition Vol.*, 14(1), 45–53.
- Khaira, W.(2023). Faktor Penyebab Stres Akademik Siswaremaja. *Accident Analysis And Prevention*, 183(2), 153–164.
- Kinayungan, U. P. (2025). The Relationship Between Anemia And Anxiety Disorders Among. *(Journal Of Community Mental Health And Public Policy)*, 7(2), 147–155.
- Krisnanda, R. (2020). Vitamin C Helps In The Absorption Of Iron In Iron Deficiency Anemia. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(3), 279–286. <https://doi.org/10.37287/Jppp.V2i3.137>
- Kusdalimah, Suryani, D., Nugroho, A., & Yunita. (2023). Pengaruh Kombinasi Asupan Protein, Vitamin C Dan Tablet Tambah Darah Terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri. *Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal)*, 18(1), 21–26. <https://ejournal.unair.ac.id/mgi/article/view/41978>
- Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Anemiadengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putr. *Jurnal Medika Hutama*, 02(01), 402–406.

- Kusumadewi, S., Wahyuningsih, H., Informatika, T., Indonesia, U. I., Indonesia, U. I., & Korespondensi, P. (2020). *Model Sistem Pendukung Keputusan Kelompok Untuk Penilaian Gangguan Depresi , Kecemasan Dan Stress Berdasarkan Dass-42 Group Decision Support System Model For Assessment Of Depression , Anxiety And Stress Disorders Based On Dass-42*. 7(2), 219–228. <https://doi.org/10.25126/Jtiik.202071052>
- Lailla, M., Zainiar, & Fitri. (2021). 23114014perbandingan Hasil Pemeriksaan Hemoglobin Secara Digital Terhadap Hasil Pemeriksaan Hemoglobin Secara Cyanmethemoglobin | Lailla | Jurnal Pengelolaan Laboratorium Pendidikan. *Jurnal Pengelolaan Laboratorium Pendidikan*, 3(September 2020), 1–6. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/jplp/article/view/11555/5955>
- Lopes, S., Yamaji, N., Mo, R., Suto, M., Takemoto, Y., Mn, G., & Ota, E. (2021). *Nutrition-Specific Interventions For Preventing And Controlling Anaemia Throughout The Life Cycle: An Overview Of Systematic Reviews (Review)*.
- López-Cepero, A., Frisard, C., Bey, G., Lemon, S. C., & Rosal, M. C. (2020). Association Between Food Insecurity And Emotional Eating In Latinos And The Mediating Role Of Perceived Stress. *Public Health Nutrition*, 23(4), 642–648. <https://doi.org/10.1017/S1368980019002878>
- Lovibond, Sh; Lovibond, Pf (1995). Manual Untuk Skala Depresi, Kecemasan, Dan Stres (Edisi Ke-2). Sydney: Psychology Foundation (Tersedia Dari The Psychology Foundation, Room 1005 Mathews Building, University Of New Southwales, Nsw 2052, Australia. <https://www2.psy.unsw.edu.au/groups/dass/>
- Made, L., Adristi, A., Prabawa, A., Komang, N., & Meilani, P. (2025). *Jurnal Biologi Tropis The Effectiveness Of Vitamin C On Iron Absorption In Adult And Young Women*.
- Mahesa, A. P., Putri, A. L., Apsari, A. N., Widitya, D., & Afifah, S. (2025). *Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Remaja Di Indonesia : Studi Literatur*. 4(1).
- Malahayati, U., & Awal, T. (2024). *Pissn:2355-7583 | Eissn:2549-4864 Http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kesehatan*. 11(9), 1717–1725.
- Mardiyah, S., Wandini, K., & Dwiyan, P. (2024). *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia The Relationship Between Stress , Emotional Eating , And Nutritional Status In Adolescents*. 12(4), 252–261.

- Marcelina, L. A., Anggraeni, D. T., Wahyudi, C. T., Samaria, D., Rokhaidah, Kusherawati, Utiah, F. D., Safitri, Aulinti, A., & Reva. (2025). *Edukasi Pencegahan Dan Deteksi Dini Anemia Pada Siswiremaja Di Sekolah Man 5 Jakarta Utara*. 8, 2387–2395.
- Mardiyah, S., Wandini, K., & Dwiwana, P. (2024). *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia The Relationship Between Stress , Emotional Eating , And Nutritional Status In Adolescents*. 12(4), 252–261.
- Marshanda, A. (2025). *Pengaruh Stres Belajar Dan Nilai Akademik Terhadap Kesehatan Mental Remaja Sman 5 Tangerang Selatan Dengan Analisis Skala Linear*. 4(1), 4982–4991.
- Marsidi, S. R. (2021). *Identification Of Stress, Anxiety, And Depression Levels Of Students In Preparation For The Exit Examcompetencytest*. 05, 87–93. <https://doi.org/10.20473/Jvhs.V5.I2.2021.87-93>
- Meimi Lailla, Z. A. F. (2021). 23114014perbandingan Hasil Pemeriksaan Hemoglobin Secara Digital Terhadap Hasil Pemeriksaan Hemoglobin Secara Cyanmethemoglobin
- Lailla Jurnal Pengelolaan Laboratorium Pendidikan. *Jurnal Pengelolaan Laboratorium Pendidikan*, 3(September 2020), 1–6.
<https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/jplp/article/view/11555/5955>
- Meliyani, A., Sitorus, R. J., Flora, R., Hasyim, H., Zulkarnain, M., Tanjung, R., Sulung, N., Ikhsan, & Ermi, N. (2022). The Assosiation Between Fe Intake And Iron Deficiency Anaemia In Pregnant Women In Seluma District. *Journal Of Nursing And Public Health*, 10(2), 225–232.
- Mohtar, M. R., Yulitasari, B. I., & Yuliawan, D. (2025). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Pola Makan Pada Remaja Di Madrasah Aliyah Negeri Insan Cendekia Halmahera Barat*. 4(10), 3803–3811.
- Multazami, L. P. (2022). Hubungan Stres, Pola Makan, Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Mahasiswa. *Nutrizione: Nutrition Research And Development Journal*, 2(1), 1–9.
<https://doi.org/10.15294/nutrizione.v2i1.52293>
- Musniati, N., & Fitria. (2022). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Pada Remaja Puteri Nia Musniati, Fitria Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. *Journal Of Health Research Science*, 2(02), 76–83.
- Muthmainnah, P. R., Syahril, K., Rahmawati, Nulanda, M., & Dewi, A. S. (2022). Hubungan Antara Asupan Zat Besi Dan Vitamin C Dengan Kadar Hemoglobin Anggota Tbm 110 Fk Umi. *Jurnal Mahasiswa*

Kedokteran, 2(5), 359–367.

- Nirmala, S., Novitasari, Rahadiani, D., & Sudiarta, I. G. (2024). *Dismenore Primer Pada Siswi Sma It Putri Abu Hurairah Mataram Pendahuluan Kesehatan Reproduksi Merupakan Kesejahteraan Fisik , Mental , Dan Sosial Yang Utuh Dalam Segala Aspek Yang Berhubungan Dengan Sistem Reproduksi . Remaja Usia Pubertas Memiliki Tangg.* 12(2), 2813–2825.
- Nurdiani, R., Rahman, N. A. Syifa, & Madanijah, S. (2023). Perilaku Makan Tipe Emotional, External Dan Restrained Kaitannya Dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 2(1), 59–65. <https://doi.org/10.25182/Jigd.2023.2.1.59-65>
- Nurmaliyati, N., & Istiqomah. (2025). *Faktor – Faktor Penyebab Anemia Yang Terjadi Pada Remaja Putri Di Smk Jakarta Timur 2 Kelurahan Cakung Timur.* 5, 5736–5750.
- Nurrohmah, A., Indarwati, & Utami, D. R. R. B. (2026). *Studi Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Di Kota Surakarta.* 17(1), 26–36.
- Panjaitan, N. H., Wowor, M. F., & Berhimpon, S. L. E. (2025). Gambaran Hemoglobin Dan Zat Besi Pada Remaja Putri Yang Tinggal Di Kota Manado. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 66–76.
- Peni, G. K. (2023). *Asupan Zat Gizi Dengan Status Gizi Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Jakarta Ii Skripsi Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika Oleh : Gugus Kartiko Peni.*
- Permana, J. C., Maskar, D. H., & Anwar, K. (2024). Hubungan Emotional Eating Terhadap Status Gizi Pada Remaja Putri Di Smkn 26 Jakarta. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 3(1), 1–7. <https://doi.org/10.25182/Jigd.2024.3.1.1-7>
- Permatasari, T., Briawan, D., & Madanijah, S. (2020). *Hubungan Asupan Zat Besi Dengan Status Anemia.* 4.
- Piloto, T. C. P., & Fitriana. (2021). *Hubungan Stres Dengan Emotional Eating Pada Remaja.* 1, 167–186.
- Piskin, E., Cianciosi, D., Gulec, S., Tomas, M., & Capanoglu, E. (2022). Iron Absorption: Factors, Limitations, And Improvement Methods. *Acs Omega*, 7(24), 20441–20456. <https://doi.org/10.1021/Acsomega.2c01833>
- Puspita, A. D., & Rakhma, L. R. (2024). Ghidza : Jurnal Gizi Dan Kesehatan Hubungan Emotional Eating Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan Volume*, 8(1), 258–265.

- Putri, M., & Sari, H. (2023). *Analisis Manajemen Stres Di Kalangan Remaja Indonesia*. 1(1), 1–6.
- Putriani, L. (2025). *Fenomena Stres Akademik Dalam Penyelesaian Tugas Akhir Pada Mahasiswa Rantau*. 13(1).
- Putu, N., Suryaningsih, A., Reganata, G. P., Ayu, I., Partha, M., Windydaca, D., Putri, B., Studi, P., Klinis, F., Kesehatan, F. I., Internasional, U. B., Studi, P., Rumah, A., Kesehatan, F. I., & Bali, U. (2021). *Rasionalitas Dalam Swamedikasi Vitamin C Pada Masa Pandemi Covid - 19 Di Kota Denpasar Rationality In Self-Medication Of Vitamin C During The Covid-19 Pandemic In Denpasar*. 8(2), 180–190.
- Rahmatanti, R., Pradigdo, S. F., & Pangestuti, D. R. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dan Status Anemia Dengan Dismenorea Primer Pada Siswi Kelas Xii Di Smkn 1 Nganjuk. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 19(4), 246–254. <https://doi.org/10.14710/Mkmi.19.4.246-254>
- Rahmawati, R. D., Lestari, D. R., & Rahmayanti, D. (2025). *Gambaran Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Sarjana Keperawatan Dan Kedokteran*. 4(1), 1–6.
- Ramadani, V. K., Purnama, D. S., & Pratama, M. Y. (2022). Prevalence Of Academic Stress High School Students In Yogyakarta During The Covid-19 Pandemic. *Proceedings Of The International Seminar On Innovative And Creative Guidance And Counseling Service (Icgcs 2021)*, 657(Icgcs 2021), 204–209. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220405.034>
- Ramadhani, S. P., Pratikto, H., & Suhadianto, S. (2025). Stres Akademik Dengan Emotional Eating Pada Mahasiswa. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(01), 43–55. <https://doi.org/10.30996/jiwa.v3i01.12705>
- Reimyza, P. (2022). *Peran Stres Terhadap Emotional Eating Pada Emerging Adult*. 4(1), 200.
- Rejeki, S., Faradilla, R. F., Elvira, I., & Nadila, N. (2024). Analisis Asupan Energi, Karbohidrat, Dan Serat Dari Pangan Pokok Di Wilayah Non Pertanian Di Kota Baubau 2022. *Jurnal Gizi Ilmiah*, 11(1), 35–41. <https://doi.org/10.46233/jgi.v11i1.1193>
- Rendali, M. (2025). *Hubungan Stress Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Akhir Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar*. 15, 831–839.
- Riskika, F., Briawan, D., & Tanzihah, I. (2023). *Factors Related To The Level Of Iron Adequacy Of Adolescent Girls In Indonesia Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecukupan Zat Besi Remaja Putri*

Di Indonesia Abstrak. 8(4), 624–634.

Risky Amalia, Emi Sutrisminah, & Yuli Astuti. (2023). Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri : Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (Mppki)*, 6(9), 1715–1720. <https://doi.org/10.56338/Mppki.V6i9.3614>

Rohmah, N., Gizi, P. S., Ilmu, J., Masyarakat, K., Keolahragaan, F. I., & Semarang, U. N. (2022). *Stres Dan Perilaku Emotional Eating Pada Mahasiswa Stress And Emotional Eating Behavior In Students Of Universitas Negeri Semarang*. 02(April).

Rohmatulloh. (2023). *Perbedaan Kadar Hemoglobin Menggunakan Metode Hb Meter Dan Hematology Analyzer*. 12.

Sadia, Z., El, Z., Shima, S., Dalal, A., Almaha, J., & Nora, A. (2025). *The Relationship Between Perceived Stress And Emotional Eating Among University Students In Saudi Arabia*.

Safriza, H. A., Ndoen, H. I., Landi, S., & Tira, D. S. (2025). *Faktor Risiko Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smk Negeri 1 Kupang*. 15(1).

Setyawan, D. A. (2022). *Buku Ajar Statistika Kesehatan Analisis Bivariat Pada Hipotesis Penelitian*.

Shahrulkh, M. (2023). *Biosynthesis & Catabolism Of Hemoglobin*.

Sholikhah, A. M., Mustar, Yetty Septiani, & Hariyanto, A. (2021). *Anemia Di Kalangan Mahasiswi: Prevalensi Dan Kaitannya Dengan Prestasi Akademik*. 5(1), 8–18.

Siska, A., Arifin, N., Handayani, R., Handayani, Y., Kebidanan, P. S., & Kesehatan, I. (2024). *Hubungan Anemia Dan Prestasi Belajar Pada Remaja Putri Astri*. 5, 78–85.

Ski. (2023). Indonesian Health Survey (Survei Kesehatan Indonesia) 2023. *Ministry Of Health*, 1–68.

Soliman, A., Alyafei, F., Elawwa, A., Alaraj, N., Hamed, N., & Ahmed, S. (2025). *Impact Of Iron Intake On Growth Outcomes In Children With Iron Deficiency Anemia , Iron Deficiency , And Normal Iron Status : A Comprehensive Review*.

Strouboulis, J., Hoss, S. El, Strouboulis, J., & Hoss, S. El. (2023). *The Effects Of Chronic Glucocorticoid Stimulation On Erythropoiesis In Cushing Syndrome*. April, 947–948.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D* (Issue January).

Sulistiani, E. M. Y. (2024). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 1 Gunung Purei*

Kabupaten Barito Utara.

- Suryani, M., Situmorang, M., & Prilius, N. (2023). Socialization About The Importance Of Vitamin C For Body Health And Blood Donation In Medan Helvetia District, Medan City Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan. *Compromise Journal : Community Proffesional Service Journal*, 1(4), 82–88.
- Suryati, E., Bastian, B., & Sari, I. (2021). Perbedaan Kadar Hemoglobin Menggunakan Metode Cyanide-Free Dan Poct Pada Ibu Hamil. *Anakes : Jurnalilmiah Analisis Kesehatan*, 7(2), 123–132. <https://doi.org/10.37012/Anakes.V7i2.597>
- Tasya Alifia Izzani, Selva Octaria, & Linda Linda. (2024). Perkembangan Masa Remaja. *Jispendiora Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, 3(2), 259–273. <https://doi.org/10.56910/Jispendiora.V3i2.1578>
- Thesya Claudya Putri Piloto, & Nugraheni, F. (2021). *Hubungan Stres Dengan Emotional Eating Pada Remaja*. 1, 167–186.
- Unicef. (2021). *Profil Remaja 2021*. 917(2016), 1–2.
- Yu, Y., Lu, D., Zhang, Z., & Tao, L. (2024). Association Of Soluble Transferrin Receptor/Log Ferritin Index With All-Cause And Cause-Specific Mortality: National Health And Nutrition Examination Survey. *FrontiersInNutrition*, 11(February). <https://doi.org/10.3389/Fnut.2024.1275522>
- Who. (2018). *Guidance On Ethical Considerations In Planning And Reviewing Research Studies On Sexual And Reproductive Health In Adolescents*.
- Who. (2025). *Global Anaemia Estimates*.
- Widiastuti, M., Fitria, D., & Setaningsih, T. (2025). *Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Menghadapi Ujian Akhir Skripsi*. 6(September), 9739–9760.
- Widyaningrum, M., Mar, K., Dhiemitra, A., & Dewi, A. (2023). *Hubungan Asupan Fe Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri*. 1, 224–230.
- Wulandari, D., Junita, D. E., Wati, D. A., & Lestar, L. A. (2025). *Hubungan Pengetahuan Pemilihan Sumber Makanan Zat Besi Dengan Anemia Pada Remaja Putri Pasir Sakti*. 32.
- Yulianti, A., Aisyah, S., Handayani, D. S., & Kader Bangsa, U. (2024). *23114029 Lentera Perawat Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Anemia Pada Remaja Putri*. 5(1).
- Zulfitrawati. (2024). Pengaruh Zat Gizi Mikro Terhadap Kejadian Anemia

Pada Remaja Di Smkn 12 Makassar. *Jophin*, 3(1), 23–28.

Zulfiani, E., & Anugrah, L. (2025). *Analisis Pengaruh Stres Dan Kecemasan Terhadap Pola Makan Remaja : A Literature Review*. 9(5).

Zulkarnain, S., & Muniroh, L. (2023). The Relationship Between Academic Stress And Emotional Eating With Nutritional Status In Final Year Students. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 4112–4117.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A